Opłata pocztowa uiszczona ryczałtem.

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

SOKÓŁ

ORGAN
ZWIĄZKU TOW. GIMNASTYCZNYCH „SOKÓŁ" W POLSCE

ROK XLIX. WARSZAWA, W MARCU 1932 R. Nr. 3



Szczyrbskie Jezioro, miejsce zawodów narciarskich IX zlotu wszechsłowiańskiego.

ADRESY WŁADZ

ZWIĄZKU TOWARZYSTW GIMNASTYCZNYCH „SOKÓŁ" w POLSCE.

PRZEWODNICTWO ZWIĄZKU, **Warszawa, ul. Szopena 3, tel. 8-66-80.**

Konto czekowe P. K. O. 5589.

PRZEWODNICTWA DZIELNIC:

KRAKOWSKIEJ	**Kraków, ul. Wolska 27.** — Konto P. K. O. 412.320.
MAŁOPOLSKIEJ	**Lwów, ul. Sokoła 7.** — Konto P. K. O. 101.421.
MAZOWIECKIEJ	**Warszawa, Jerozolimska 37,** mieszk. dha dra Drabczyka— Konto P. K. O. 10.545.
POMORSKIEJ	**Grudziądz, Mickiewicza 22.** — Konto P. K. O. 209.838.
ŚLĄSKIEJ	**Katowice, ul. ks. Damrota 8.** — Konto P. K. O. 301.550.
WIELKOPOLSKIEJ	**Poznań, plac Ś-to Krzyski 3.** — Konto P. K. O. 205.211.
VII WE FRANCJI.	**Lens, 24 rue de la Gare, (Pas-de Calais).**

OD REDAKCJI

Wobec tego, że większość zdjęć na konkurs fotograficzny nadesłano niezgodnie z ogłoszonemi warunkami, konkurs nie został rozstrzygnięty.

W roku bieżącym rozpiszemy w okresie letnim nowy konkurs fotograficzny, do którego prosimy się przygotować.

Warunki prenumeraty: rocznie zł. 7.—, półrocznie zł. 3.50, kwartalnie zł. 2.—, pojedyńczy numer gr. 60.

Redakcja i administracja: Warszawa, Nowy Świat 40, tel. 666-70, konto P.K.O. Nr. 3852.

Redaktor: *Antoni Bogusławski.*

Redaktor odpowiedzialny: *Jan Dann.* Sekretarz redakcji: *Jerzy Bokiewicz.*

Wydawca: *Związek towarzystw gimnastycznych „Sokół" w Polsce.*

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

SOKÓŁ

ORGAN

ZWIĄZKU TOW. GIMNASTYCZNYCH „SOKÓŁ" W POLSCE

ROK XLIX. WARSZAWA, W MARCU 1932 R. Nr. 3

DZIAŁ URZĘDOWY.

Z ZARZĄDU ZWIĄZKU.

Dnia 13 marca r. b. odbyło się w Warszawie posiedzenie Zarządu Związku towarzystw gimnastycznych „Sokół" w Polsce.

W obradach uczestniczyło 26 przedstawicieli dzielnic i członków przewodnictwa.

Przed przystąpieniem do porządku obrad, na wniosek dha prez. Zamoyskiego, zebrani uczcili przez powstanie z miejsc i zachowanie jednominutowego milczenia pamięć zmarłych: — prezesa Związku słowiańskiego sokolstwa i prezesa Związku sokolstwa czechosłowackiego, — ś. p. dha dr. J. E. Scheinera,— członków honorowych Związku: ś. p. dha K. Rzepeckiego i ś. p. ks. bisk. dr. Wł. Bandurskiego.

Po przyjęciu protokułu z poprzedniego posiedzenia Zarządu, odczytane zostało sprawozdanie prezesa Związku.

W związku z ustępem tego sprawozdania, który dotyczył IX zlotu wszechsłowiańskiego w Pradze, uchwalono wziąć udział również w urządzanej wystawie sokolej. Dla opracowania ram udziału sokolstwa polskiego w wystawie powołano do życia komisję w osobach druhów: wiceprez. Terecha, Przeździeckiego i nacz. Zamoyskiej.

Szczegółowe sprawozdanie z działalności naczelnictwa Związku złożył dh. nacz. Fazanowicz, który również przedstawił program IX zlotu wszechsłowiańskiego. Przy tej sposobności nacz. Fazanowicz zwrócił szczególną uwagę przedstawicieli dzielnic na konieczność należytego przygotowania ćwiczeń zlotowych, obecny bowiem stan tych przygotowań pozostawia jeszcze wiele do życzenia.

Koniecznem jest również zwrócenie bacznej uwagi na jednolitość stroju ćwiczebnego.

Dhna nacz. Zamoyska złożyła sprawozdanie z działalności druhen i żeńskiego wydziału technicznego naczelnictwa Związku.

Sprawozdanie z działalności stałych drużyn sokolich przedstawił dh. Al. Zamoyski.

Wreszcie sprawozdanie finansowe złożył dh. skarbnik Matuszewski.

Sprawozdania powyższe Zarząd Związku przyjął do wiadomości.

Zarząd Związku jednomyślnie uchwalił nadać „Zaszczytną odznakę sokolą" dhom:

marsz. Konstantemu Wolnemu, Adolfowi Stefanowowi, prez. Andrzejowi Szałkowskiemu, Stanisławowi Ostojakowi i nacz. Sokrupce .

W związku z udziałem zawodników naszych w zawodach praskich, postanowiono wyjeżdżających na zlot zawodników już obecnie ubezpieczyć od nieszczęśliwych wypadków i wezwano dzielnice do podania nazwisk zawodników.

Na wniosek dha prez. Zamoyskiego postanowiono powołać do życia specjalny komitet dla należytego zorganizowania udziału sokolstwa polskiego w zlocie praskim.

Przewodnictwo tego komitetu powierzono dhowi wiceprez. Tyrakowskiemu z prawami komisarza zlotowego.

Dh. prezes Zamoyski apeluje za pośrednictwem przedstawicieli dzielnic do całego sokolstwa, aby udział Polski w zlocie praskim wypadł jak najliczniej i jak najlepiej.

W sprawie umundurowania na zlocie w Pradze uchwalono, że druhny w czasie ćwiczeń będą nosiły białe bluzeczki, wpuszczane w szarawary i przewiązane czerwonym paskiem. Dorost druhen w czasie ćwiczeń nosić będzie czerwone kołnierzyki.

Wprowadza się do umundurowania sokolego peleryny, — dla druhów w kolorze munduru, dla druhen — granatowe i zaleca się używanie tych peleryn. Nabyć je można w Wydziale dostaw sokolich.

Regulaminy naczelnictwa: Związku, dzielnicy, okręgu i gniazda zostały już opracowane przez specjalną komisję naczelnictwa Związku i naczelnictwo przedstawiło je Zarządowi do zatwierdzenia.

Wobec obszernego porządku obrad, a nadto konieczności rozpatrzenia regulaminów naczelnictwa łącznie z regulaminami: komisji sokolic i stałych drużyn sokolich, polecono przewodnictwu przedstawienie regulaminów tych na najbliższem posiedzeniu Zarządu.

Przyjęto do wiadomości pismo dha wicepr. Rowińskiego, w którem usprawiedliwia on chwilową swą nieczynność złym stanem zdrowia. Udzielono dhowi wicepr. Rowińskiemu urlopu do dn. 15 czerwca r. b.

Na wniosek dha Lesiewicza upoważniono przewodnictwa dzielnic do zawieszania w urzędowaniu zarządów tych okręgów, które nie opłaciły prenumeraty za Przewodnik gimn. „Sokół" więcej, niż za jeden rok.

Uchwalono pobrać od każdej dzielnicy nazwania zlotu dzielnicowego w Gdyni, który odbędzie się dn. 10 lipca r. b. — zlotem „Testamentu Mestwina II".

Uchwalono pobrać od każdej dzielnicy sumę zł. 500 na koszty wyjazdu zawodników na zlot w Pradze.

Z PRZEWODNICTWA ZWIĄZKU.

Zlot wszechsłowiański w Pradze, który odbędzie się w dniach od 1 do 6 lipca r. b. włącznie, — zapowiada się nader okazale. Zjazd sokolstwa ze wszystkich krajów będzie wielki. Jak nam wiadomo, Związek jugosłowiańskiego sokolstwa reprezentowany będzie w Pradze przez kilka tysięcy osób. Również delegacje wszystkich związków, wchodzących do Międzynarodowej federacji gimnastycznej, zapowiedziały swój udział.

Nie może zabraknąć więc na zlocie tym sokołów polskich. Musimy pojechać do Pragi gromadą i to gromadą dobrze wyćwiczoną.

Przewodnictwo Związku zabiega o jaknajdalej idące ułatwienia w wyjeździe i pobycie w Pradze.

Druhny i druhowie winni nieustannie myśleć o wszechsłowiańskim zlocie, należycie przygotować się doń i dziś już odkładać pieniądze na wyjazd.

✣

W roku bieżącym odbędą się, jak w roku ubiegłym, zawody o sokole mistrzostwo Polski w tenisie. — Zawody te odbędą się w Krakowie, w dniach 26 do 29 czerwca r. b., przeprowadzenie zawodów powierzone zostało oddziałowi tenisowemu „Sokoła" krakowskiego (Kraków, Wolska 27), do oddziału tego należy kierować zgłoszenia i tam też zwracać się o wszelkie informacje. Pożądane jest należyte obesłanie zawodów.

✣

Przewodnictwo Związku poleca gniazdom przyśpieszyć nadesłanie danych statystycznych za rok 1931.

Przewodnictwo Związku zwraca uwagę, że płacenie składek należy do obowiązków każdego sokoła.

Regularne wpłacanie składki co miesiąc nie stanowi dla nikogo nadmiernego ciężaru. Dopiero wtedy, gdy przez zaniedbanie — powstają zaległości, uregulowanie ich jest trudniejsze.

Należy więc płacić składkę w terminie.

Opłacanie składek winno być zawsze potwierdzane tylko przez wklejanie nalepek do kontrolki przy legitymacji członkowskiej.

Nalepki zawsze powinny być u skarbnika gniazda.



Skocznia w Jordanowie. Ze związkowych zawodów narciarskich.

Z ROZMÓW O ZLOCIE PRASKIM.

Zwycięstwo druhny Br. Staszel - Polankowej na Szczyrbskiem Jeziorze, wybitne sukcesy najmłodszych polskich narciarzy sokolich na tej pierwszej imprezie zlotowej — mimowoli zwracają myśl naszą ku Pradze i lipcowemu w niej zlotowi. Wiele uwagi poświęcono temu przedmiotowi na ostatniem posiedzeniu Zarządu Związku.

— Gdy przeglądam prasę sokolą czeską i jugosłowiańską — zauważył w rozmowie z nami jeden z czołowych przedstawicieli naszego sokolstwa — stwierdzam ogromny wysiłek organizacyjny, jaki z uwagi na nadchodzący zlot oba pobratymcze Związki już teraz podejmują. Oczywiście Czesi, jako gospodarze zlotu, związanego przytem z rocznicą Tyrsza, muszą uczynić m a x i m u m wysiłku, aby zlot wypadł imponują-

co. Ale i Jugosłowianie nie ustępują im w tym względzie. Łamy „Glasnika" dźwięczą echami przygotowań, czynionych przez wszystkie żupy. Nad ujednostajnieniem czynności czuwa osobny komitet złotowy „Saveza Sokola Kraljevine Jugoslavije". Podobno na zlot wybiera się wielotysięczna rzesza sokołów jugosłowiańskich. Daj Boże, aby i nam udało się zorganizować należytą reprezentację polskiego sokolstwa...

Troska ta nie przebrzmiała bez oddźwięku. Zarząd uznał za konieczne stworzyć a d h o c funkcję komisarza zlotowego, składając ją w doświadczone ręce wiceprezesa Związku dh. Witolda Tyrakowskiego.

— Jakie są konjunktury co do naszego uczestnictwa w zlocie praskim? — zapytaliśmy nowomianowanego komisarza.

— Mówić o nich konkretnie — jeszcze trudno. Stwierdzić wszakże można, że jak najliczniejszy udział nasz w zlocie Tyrszowym jest pożądany, a żadnych zasadniczych co do udziału przeszkód — niema. Ustaliliśmy już zasadniczo, w porozumieniu z komitetem zlotowym w Pradze, program naszego uczestnictwa. Weźmiemy udział w wystawie sokolej. Obliczyliśmy i podali do wiadomości ogółu obliczenie kosztów podróży do Pragi i pobytu na zlocie. W dalszym ciągu pragniemy koszty te redukować do m i n i m u m, i to jest obecnie celem naszych zabiegów u odpowiednich władz.

Jest jednak rzeczą absolutnie konieczną, abyśmy zawczasu wiedzieli dokładnie, kto i skąd się na zlot wybiera. Wymaga tego zarówno organizacja zespołów zawodniczych — co bezpośrednio obchodzi naczelnictwo Związku — jak i należyte przygotowanie podróży. W żadnym razie nie można dopuścić, aby wiadomości o tem wszystkiem przychodziły do Związku w ostatniej chwili, jak to już nieraz bywało. Jestem zdecydowany przedsięwziąć równie energiczne środki dla ułatwienia podróży tym, co się w porę zgłoszą, jak dla wyeliminowania takich, którzy wykażą brak dyscypliny sokolej przez wnoszenie zamętu zgłaszaniem się po terminie.

— Czy druh prezes przewiduje jakie specjalne metody łączności z jednostkami sokolemi w okresie przedzlotowym?

— Oczywiście, po za korzystaniem z prasy sokolej, centralnej i lokalnej, będzie musiała być prowadzona systematyczna korespondencja. Liczę również na współdziałanie i pośrednictwo władz sokolich na wszystkich szczeblach.

— Czy moglibyśmy, jako redakcja „Przewodnika", zaproponować naszą pomoc przez ewentualne wydanie kilku dodatków nadzwyczajnych, np. jednego w maju i dwóch lub trzech w czerwcu?

— Przyjmuję to z całą radością. Pomoc taka pozwoli mi wypowiedzieć się obszerniej, zaoszczędzić wiele trudu przy korespondencji, a nawet stanowić będzie prawdopodobnie dla Związku pewną oszczędność finansową, ze względu na różnicę w opłatach pocztowych.

— Stajemy zatem z całym zapałem do współpracy, druhu prezesie, i na każde żądanie łamy nasze będą otwarte dla akcji przedzlotowej, gdy zaś przyjdzie potrzeba — zaczniemy wydawać dodatki.

— Liczę od dziś na waszą pomoc w moich odpowiedzialnych czynnościach. Proszę was odrazu na wstępie, abyście podkreślili raz jeszcze, że udział należyty w zlocie praskim — to egzamin publiczny dla naszego sokolstwa, wobec całej słowiańskiej braci sokolej, a nawet wobec całego

świata. Sokolstwo nasze może liczyć tylko na siebie. Zawczasu więc niech gniazda zbierają fundusze zlotowe, niech poszczególni druhowie i druhny przygotowują oszczędności na tę niedrogą, a tak piękną wycieczkę — i niech mi dają w porę znać o swoich zamiarach. Potem — ani nie będzie czasu na zmiany, ani ja ich nie dopuszczę.

A tymczasem rzucam to wyraźne i proste hasło: „Jak najwięcej sokołów polskich — do Pragi!" — kończy dh. wiceprezes Tyrakowski swój energiczny szkic programowy.

A. Bg.



Interesujący fragment z zawodów na Szczyrbskiem Jeziorze.

DZWONY WIELKANOCNE.

Słuchajcie dzwonów wielkanocnych,
bijących hymnem Zmartwychwstania,
bo oto z ich falowań mocnych
jedna się wielka pieśń wyłania.
Pieśń, która mówi, która woła,
pieśń, która uczy, która każe —
rozkołysana z wież kościoła,
nad krzyże wzlata i ołtarze.

Kędy się w takie wzmogła moce?
Czy w śpiżach czerpie swoje siły,
co przez bitewne dni i noce
w pogaństwa piersi gromem biły? —
To rozedrgana, to rosnąca,
to znów tocząca się perliście,
pnie półumarłe drzew potrąca
i wydobywa młode liście.
Aż te, radosne, oszalałe,
pijane swą wiosenną władzą,
dobędą z pąków kwiaty białe
i pośród siebie je rozsadzą.

Nie pierwszy raz to, lecz przez wieki,
nad ziemią naszą biją dzwony,
nabrzmiałe rozpętują rzeki
w wir potoczysty, roztańczony.
Na brzeg gdzieniegdzie tryśnie fala
zmętniała, w zimnym słońca blasku —
i jutro dalej się przewala
w swój wieczny szlak, po płowym piasku.
Bóg jest nad falą i nad brzegiem,
Bóg wiecznie żywy, zmartwychwstały,
co każe, aby swoim biegiem
odeszły w przestrzeń lodozwały.
On, który Boską Swą opieką
niszczącej mocy rozkaz zsyła,
aby, nim ujdzie w świat daleko,
żyźniła ziemię, nie niszczyła.
On, co skinieniem, miłościwie,
ratuje ludzi z złych obieży,
któremu wszystko na tej niwie
żarliwie kłoni się i wierzy!

Niegodny dzwonnik — idę zrana
w tę moją zwykłą, dzienną drogę,
powinność spełnić, co mi dana,
i rozkołysać dzwon, jak mogę.
Po schodach wspinam się na wieżę,
dłoń kładę na konopnym sznurze —
i oto tony, coraz szerzej,
z dzwonnicy okien mkną ku górze.
Na dzwon — tysiączne wstają echa:
doliny dźwięczą nim i góry,
aż słońcem wkońcu się uśmiecha
widnokrąg ciemny i ponury.
Słuchajcie: już mu inne dzwony,
tysiączne dzwony oddzwaniają,
wpadają wtórem w pierwsze tony
i wielkiej pieśni chór podają.

Słuchajcie! Z każdej świątyń wieży,
z każdego lasu, z każdej łąki
pieśń wyolbrzymia się i szerzy
od dzwonów aż po leśne dzwonki!

Niegodnym dzwonnik — nie ja dzwonem,
lecz dzwon mną tak przemożnie włada:
atomów dźwięcznych swych miljonem
drga i na tony się rozpada.
Jest ręka inna, niewidzialna,
co włada moją słabą dłonią,
gdy pieśń uderza triumfalna,
a inne dzwony wtór jej ronią.
Próżnobym pragnął ją odmienić,
dać zmienny akord dzwonnej pieśni,
gdy nic nie mogło jej wyplenić
i gdy przed nami była wcześniej.
Wykołysała naród cały,
uczyła go bojaźni Bożej
i dotąd, w mocy wiecznotrwałej,
z miljonów istnień jedno tworzy.
Bo dzwon ten w Polsce, dzwon kościołów,
rozkołysany, przebogaty,
to jest najświętszy dar aniołów,
gdy do piastowskiej zeszły chaty.

Słuchajcie dzwonów! Nieśmiertelne,
nieusuwalne, wiecznotrwałe,
łomocą hukiem w drzwi kościelne
i rozdzwaniają chaty małe.
Padają ludzie na kolana,
Bo — Bóg zmartwychwstał! Bóg jest z nami! —
Ojczyzna wolna nam oddana,
i żaden obcy jej nie plami!...
A dzwony biją, biją dzwony
radością, chwałą i nadzieją,
że szatan już unicestwiony
i że wiosenne dni się śmieją.
Lecz jeszcze wiary trzeba, wiary,
zdobytej utęsknienia głodem,
że pryśnie kędyś opar szary
i będzie słońce nad narodem...
... W rozkołysaniu swem potężnem,
w powodzi rozedrganych tonów,
śpiewaniem mówią niebosiężnem
nadziei hymn...

Słuchajcie dzwonów!

ANTONI BOGUSŁAWSKI

WITAMINY.

Jedną z najmłodszych gałęzi wiedzy lekarskiej, która w ostatnich latach w stosunkowo krótkim czasie zdobyła sobie prawo obywatelstwa, jest nauka o witaminach; należy ona jednak jeszcze do najmniej opracowanych. Znaczenie tej potężnej zdobyczy genjuszu ludzkiego polega na tem, że nauka o witaminach stwarza nową epokę w dziedzinie odżywiania. Ściśle rzecz biorąc, 20 lat wstecz z nieomylnością sądzono, że trzy związki: ciała białkowe, jako budulec i źródło wszystkich energji, węglowodany, jako źródło ciepła i siły, tłuszcze, dostarczające ciepła i sole mineralne wystarczają, aby były zaspokojone wszystkie potrzeby naszego organizmu, zarówno w czasie wzrostu, jak i w okresie dojrzałości, do utrzymania ustroju naszego w równowadze *).

Były jednak fakty, które podawały w wątpliwość to twierdzenie. Bowiem jeszcze przed r. 1910 stwierdzono, że np. myszy, żywione odtłuszczonem mlekiem z bułką, w krótkim czasie ginęły, wystarczyło dodać trochę masła, by wróciły do zdrowia. Szczury, żywione kaszą, okraszoną szmalcem, wkrótce zapadały na krzywicę (angielską chorobę), jeżeli szmalec zamieniono na tran (lub masło) powracały do normalnego stanu. Morska świnka, karmiona owsem lub suchem sianem, chorowała na gnilca (szkorbut). Gołębie i kury, żywione wyłuskanym, polerowanym, t. zw. białym ryżem zapadały na schorzenie zw. beri-beri.

Otóż dziś, na podstawie b. licznych doświadczeń z odżywianiem, okazuje się, że ani człowiek, ani żadne zwierzę nie da się utrzymać przy życiu mieszaniną białka, węglowodanów, tłuszczu i soli mineralnych. W naszych już czasach dokonano nowych odkryć, które wykazały, że tłuszcze, pomimo swej wielkiej użyteczności, nie są tak niezdrowe, choć obchodzimy się bez nich z przykrością. Z drugiej jednak strony stwierdzono, że tłuszczom (nie wszystkim) towarzyszą rozpuszczone w nich ciała, stanowiące o wzroście, rozwoju i zdrowiu naszem. Są niemi barwniki tłuszczowe i t. zw. witaminy, których brak w pożywieniu powoduje zaburzenia we wzroście, w rozwoju i w czynnościach ustroju. Bez witamin ustrój nasz nie może żyć dłuższy czas; jeżeli w pożywieniu brak witamin przedłuża się, wtedy ulegamy ciężkim, a dla braku każdej z dotychczas poznanych witamin — specjalnym, chorobom, które kończą się śmiercią; wystarcza dodać brakującej witaminy, by choremu wrócić zdrowie.

Otóż brak witamin, powodując zaburzenia w rozwoju naszego organizmu, był przyczyną pewnych, dotychczas zagadkowych, dość ciężkich chorób, do których należą przedewszystkiem krzywica, gnilec i beri-beri. — Dociekania przyczyn tych chorób, a głównie — beri-beri, doprowadziły do odkrycia witamin. Początek nauki o witaminach datuje się od r. 1911, kiedy polski uczony, dr. m. Kazimierz Funk, poszukując przyczyny dziwnego, a ciężkiego schorzenia, zw. beri-beri, wprowadził do nauki nazwę „witamina" dla substancji, której brak

*) Polecamy uważnie przeczytać artykuł d-ra T. Drabczyka pod tyt. „Siła, jej źródła i wyraz" w Przewodniku gimnast. „Sokół" Nr. 4 i 6 z 1931 r.

w pożywieniu doprowadzał do cierpienia beri-beri. To wielkie odkrycie stworzyło epokowy zwrot w sprawie odżywiania wogóle. Niepodobna mi tutaj omówić, ba, nawet streścić zabiegów, dróg, dociekań mozolnych, których owocem stała się jedna z najrzeczywistszych, promiennych zdobyczy ducha ludzkiego. Powtarzając za prof. Niemczyckim: „odkrycie pierwszej witaminy stworzyło nową erę w nauce o odżywianiu, dając impuls do odkrycia dalszych witamin, oraz do pogłębienia coraz dalszego wielkiego znaczenia tych ciał dla losów ludzkości i otwierając olbrzymie horyzonty dla dalszych badań i dociekań", — odsyłam zacną brać sokolą po ciekawe szczegóły w walce z tajemnicami szczodrej, a zazdrosnej przyrody, do książek: 1) Dr. Kazim. Funk— „Witaminy" w tłumaczeniu polskiem Forellego, i 2) prof. dr. Stanisław Niemczycki — „Witaminy" — Bibljoteka „Przyrody i Techniki" t. XVIII.



Ze związkowych zawodów narciarskich w Jordanowie.

Ile jest witamin? Do roku 1913 Funk podał trzy: A (przeciwkrzywicowa), B (przeciwberibericzna) i C (przeciwgnilcowa). Dziś ten podział należy już do historji. Bowiem wit. A rozpadła się na dwie: witasterynę A, która leczy kseroftalmję, t. j. obecnością swą nie dopuszcza do zapalenia oczu, i na witasterynę E, która leczy krzywicę, t. j. nie dopuszcza do angielskiej choroby. Wit. B również została zróżniczkowana na dwie: B — leczy beri-beri i D wpływa na wzrost. Wit. C po dawnemu— przeciwgnilcowa. Przybyły oprócz tego dwie nowe: witasteryna F, związana z płodnością, i P przeciw t. zw. rumieniowi, obie dopiero w badaniach.

Budowa, skład oraz istota chemiczna witamin są dziś niemal zagadką. Witaminy są bardzo rozpowszechnione w przyrodzie, ale tam, gdzie są, znajdują się w minimalnych ilościach. Z wielkiem prawdopodobieństwem można twierdzić, że jedynie świat roślinny umie wytwarzać witaminy. Oto, w czem tkwi sekret i źródło jarstwa: tylko rośliny zaspo-

kajają potrzeby świata zwierzęcego, stanowiąc rzetelny warunek jego istnienia; jesteśmy jak gdyby pasożytami roślin. To przedziwne rozpowszechnienie witamin wysoce utrudnia ich wyosobnienie i badanie. Pewne własności fizyczne witamin, ich wpływ na życie i rozwój organizmu, objawy chorobowe, wynikające wskutek niedoboru w pożywieniu, pozwalają dzięki doświadczeniom na zwierzętach stwierdzić obecność lub brak tej lub innej witaminy w produktach spożywczych, a nawet orjentować się w ich ilości. Racjonalne odżywianie jest jednym z najważniejszych czynników wychowania zdrowego i silnego pokolenia. W danym wypadku , o co się nikt spierać nie będzie, należy mieć na widoku już najpierwsze zaczątki życia. Sprawa odżywiania matki podczas ciąży posiada szczególniejsze znaczenie z punktu widzenia witamin. Wiemy, jak się odżywia nasz włościanin: kartofle, mleko i jego przetwory, kapusta, sałata, groch, marchew, chleb żytni razowy, 2 — 3 razy na tydzień mięso, słonina. Dużo jest na powietrzu i w słońcu. Dlaczego jest zdrów i mocny? To jego proste pożywienie zawiera wszystkie witaminy, dlatego jest wystarczające zarówno przy ciężkiej pracy, jak i dla kobiety w ciąży. Powołując się na d-ra K. Funka, doświadczonego ojca i wiarogodnego znawcę witamin, streszczam jego opinję w tej zasadniczej kwestji: Niedomagania, towarzyszące ciąży, jak zaburzenia w apetycie, mdłości, wymioty i t. d. wpływają na to, że kobiety podczas ciąży odżywiają się gorzej, niż powinny; naturalnie dzieje się to często niezależnie od warunków ekonomicznych t. j. nawet tam, gdzie stan materjalny może nie odgrywać żadnej roli. Tymczasem potrzeby odżywcze matki wzrastają z rozwojem płodu: ta istotka, w łonie matki żyjąca, wymaga dla swojego normalnego rozwoju fosforu, soli wapiennych, żelaza, witamin, witasteryn i pełnowartościowego białka, trzeba więc dobierać takie pożywienie dla matki, aby jej wystarczyło, a jednocześnie nie groziło zubożeniem dziecku, które ma przyjść na świat w najlepszych warunkach. Mleko (niezbierane), masło, ser świeży, owoce surowe, pomarańcze, pomidory (przedewszystkiem surowe), marchew (sok surowy), doskonale uzupełniają wszelkie braki w pożywieniu. Mięsa wogóle nie należy zwiększać. Spacery na świeżem powietrzu, tradycyjnie zalecane dzięki działaniu promieni słonecznych, dobroczynnie wpływają, podnosząc zdolność ustroju do zużytkowania soli wapiennych. W warunkach, gdy one nie mogą być wykonywane, należy regularnie podawać ciężarnej tran. Wadliwe lub niedostateczne odżywianie ciężarnej to najpierwsza przyczyna krzywicy, wadliwego uzębienia, skłonności do chorób i prawdopodobnie wielu innych znanych i nieznanych cierpień dziecka. Jestem przekonany — pisze Funk — że gdyby w czasie ciąży przestrzegało się wskazanych wyżej ostrożności, przyszłe pokolenia byłyby lepiej uzbrojone do życia i bardziej odporne na zakażenia. — Z chwilą urodzenia dziecka w dalszym ciągu obowiązuje pieczołowita troska o odżywianie karmiącej i dziecięcia. Na wstępie uświadomić trzeba karmiącą, że obfitość witaminy B (drożdże) w pożywieniu matki ma wysoce dodatni wpływ na wydzielanie mleka. Począwszy od 4-go tygodnia, szczególnie dzieciom, karmionym sztucznie lub wyłącznie mlekiem krowiem, dodawać w małej ilości soku pomarańczowego, cytrynowego, pomidorowego lub z marchwi; o ile tylko możliwe — korzystać z powietrza i słońca; w zimie, kiedy brakuje słońca, — podawać tran.

W końcu pierwszego roku, kiedy dziecko zaczyna kosztować prawie wszystkiego, należy pamiętać, że tem mniej będzie obaw, im bardziej pożywienie będzie urozomaicone. Co się tyczy zawartości witamin w środkach spożywczych, to wybór tych produktów nie jest rzeczą łatwą. Tutaj należy mieć na uwadze trzy momenty. 1) *Początkowa ilość witamin nie jest wielkością stałą.* Ziarna np. na początku kiełkowania zawierają dość sporo witamin B i D, zaś mało witasterny A; podczas kiełkowania na dobre zjawia się witamina C, a pod wpływem promieni słonecznych roślina wytwarza witasterynę A i wit. B i D. Naogół ilość witamin, znajdujących się w roślinach i różnych ich częściach, zmienia się w zależności od gleby, od promieni słonecznych, od ciepłoty i wilgotności powietrza, od warunków zbioru i t. p. W mleku np. od paszy i od pory roku; dobór paszy z punktu widzenia witamin ma ścisły związek ze stanem zdrowia krów i ich odpornością przeciw chorobom. Krowy muszą mieć pastwisko z trawą bez domieszki lub z niewielką ilością koniczyny; w oborze w zimie muszą otrzymywać paszę zieloną, siano samo nie wystarcza, gdyż w czasie przechowania, a szczególnie przed zbiorem wystawione n[illegible]deszcze traci dużo witamin; ze względu na witaminę C, trzeba k[illegible] podawać rośliny okopowe, a przedewszystkiem marchew, zaś ze [illegible] witaminę B — otręby, drożdże. Z makuchów — tylko lniane. [illegible]*sób przyrządzania* pokarmów może zniszczyć większą lu[illegible] mniejszą część witamin. Ze względu na utrzymanie wartości witamin, wystarczy pamiętać: a) z pokarmów, gotowanych na wodzie, nie należy zlewać wody gotowanej, bo w niej są rozpuszczone witaminy; b) pokarmy pieczone i smażone zachowują dużo witamin; c) wysoka, ale krótko trwająca temperatura mniej niszczy witaminy, niż niska, ale dłużej działająca, a jeszcze gorzej kilkakrotnie powtarzana (odgrzewanie złe); czyli szybkie przygotowanie i użycie jest najwłaściwsze.

3) *Czas pomiędzy przygotowaniem pokarmu a jego spożyciem:* im jest dłuższy, tem witamin mniej.

Na zakończenie podajemy w przybliżeniu zawartość witamin w poszczególnych pokarmach i produktach spożywczych.

Znaki: x — oznacza brak danych, 0 — brak witamin, 1 — znikoma, ale wystarczająca ilość, 2 — większa ilość, 3 — dość duża, 4 — duża.

	A	B	C
	A+E	B+D	
Mięso (ryb też)	1	1	1
Zupy mięsne i jarzynowe	0	1	0
Konserwy (mięsne, jarzynowe, owocowe)	0	0	0
Móżdżek	1	2	x
Serce	3	1	x
Wątroba	3	2	1
Nerka	2	2	x
Jaja kurze (żółtko)	2	2	0
Masło	3	0	x
Tłuszcze roślinne, szmalec, łój	0	0	0
Mleko pełne	2	1	1
Bób, fasola zielona (biała mniej) świeża	2	2	2

Groch zielony młody	2	2	2
Groch dojrzały w strączkach	1	2	0
Groch wysuszony	0	3	0
Grzyby świeże i suszone	x	1	x
Buraki	0	1	2
Cebula surowa	1	2	3
Cebula gotowana	0	2	1
Kalafiory	1	2	1
Kalarepa	0	2	2
Marchew surowa	2	2	3
Kartofle surowe	1	2	3
Kartofle gotowane	1	2	2
Kartofle pieczone	x	x	2
Ogórki	x	2	x
Pomidory surowe	2	2	3
Pomidory w konserwach	0	x	1
Rabarbar	x	x	2
Sałata	2	2	3
Szpinak	3	2	3
Szparagi, pietruszka	x	2	2
Żyto, pszenica, jęczmień, owies (peł. ziar.)	1	2	0
Chleb biały i mąka najlepsza	0	0	0
Otręby	1	2	0
Ryż niełuskany	x	2	x
Ryż biały polerowany	0	0	x
Kukurydza (pełne ziarno)	1	3	x
Mąka kukurydzowa	x	1	x
Banany	1	1	1
Cytryny	x	2	4
Gruszki, jabłka świeże	x	2	x
Maliny	x	x	3
Pomarańcze	1	2	4
Skórka pomarańczowa	1	2	2
Poziomki	x	x	2
Śliwki	x	2	1
Truskawki	1	1	2
Winogrona	x	2	2
Orzechy, migdały	1	2	x
Cukier, miód, piwo, wino, kawa, herbata	x	1	x
Drożdże	0	4	0

Powyższa tablica dotyczy pokarmów, świeżo przygotowanych i krótko przechowywanych.

Wyżej podana zasada urozmaicania ze szczególnem uwzględnieniem warzyw, jarzyn i surowych owoców, winna być dopełniana przy wyborze pokarmów codziennego użytku temi środkami, które posiadają w obfitości witaminy i witasteryny, np. gdy brakuje witaminy B (w konserwach) dodawać drożdży, używać tran, masło, zawierające witasteryny A i E; soki pomarańczowy, cytrynowy, pomidor, marchew posiadają dużo wit. C, żółtko jaja i tran zwalczają krzywicę i t. d. Pamiętajmy, że

liche uzębienie stoi w bardzo ścisłym związku z niedoborem witamin.

Ten krótki rzut daje nam słabe wprawdzie pojęcie o znaczeniu witamin, tem nie mniej uważamy sobie za obowiązek uświadomić popularnie naszą rodzinę sokolą.

Dr. med. T. Drabczyk.



Dh. prez. Zamoyski, dhna Staszel-Polankowa i dh. nacz. Bujak — na zawodach narciarskich słowiańskiego sokolstwa.

HEJ, SŁOWIANIE!...

(Pierwsza zwrotka hymnu słowiańskiego)

Hej, Słowianie! Nasza sprawa pośród Słowian żyje,
póki jeszcze dla narodu serce nasze bije!
Żyje, żyje duch słowiański, będzie żył wiek mnogi;
gromy piekieł go nie zmogą, ni podstępne wrogi!

Z ŻAŁOBNEJ KARTY.

Ś. P. KS. BISKUP DR. WŁADYSŁAW BANDURSKI (1863 — 1932).

Zmarł w miesiącu bieżącym, w Wilnie — ś. p. ks. biskup dr. Władysław Bandurski, gorący patrjota, natchniony kaznodzieja i wierny opiekun żołnierza polskiego.

Zgon znakomitego kapłana okrywa żałobą i Związek tow. gimn. „Sokół" w Polsce, którego Zmarły był członkiem honorowym.

Na wiadomość o śmierci ś. p. ks. biskupa dr. Bandurskiego — przewodnictwo Związku wysłało do kurji biskupiej w Wilnie telegram kondolencyjny, oraz poleciło zarządowi okręgu wileńskiego reprezentować sokolstwo polskie na pogrzebie i złożyć wieniec w imieniu Związku.

W pogrzebie udział wzięło gniazdo wileńskie ze sztandarem i poczet chorągwiany gniazda oszmiańskiego.

Ś. P. ARYSTYDES BRIAND.

Żałobna karta bieżącego miesiąca nosi na sobie wielkie i w całym świecie znane imię. Zmarł Arystydes Briand, wielokrotny premjer i minister Rzeczypospolitej Francuskiej, niestrudzony szermierz idei pokoju powszechnego.

Aczkolwiek idealizm Brianda na tem polu był ostatnio aż za często wyzyskiwany przez niesumienną propagandę wrogów traktatu wersalskiego, Polska nie zapomni Mu nigdy śmiałej obrony polskości Śląska w maju r. 1921 i zdecydowanej postawy, jaką nadał wówczas polityce Francji.

Parlament francuski uchwalił, iż Arystydes Briand dobrze zasłużył się ojczyźnie.

ŻYCIE SOKOLE.

W KRAJU.

Delegacja sokolstwa u J. E. ks. nucjusza Marmagi'ego.

W chwili oddawania lutowego numeru „Przewodnika" pod prasę drukarską, zamieściliśmy treść telegramu J. E. ks. kardynała sekretarza stanu z błogosławieństwem Ojca Świętego dla sokolstwa polskiego.

Po otrzymaniu depeszy tej, udała się do J. E. ks. nuncjusza apostolskiego w Polsce delegacja w osobach wiceprezesów Związku: druhów M. Terecha i W. Tyrakowskiego, oraz sekretarza Związku — dha A. Bogusławskiego, aby podziękować JE. ks. nuncjuszowi za przekazanie telegramu i prosić, aby złożył u stóp tronu papieskiego głęboką wdzięczność sokolstwa polskiego i dha prezesa Związku za błogosławieństwo Ojca Świętego.

J. E. ks. nuncjusz przyjął delegację niezmiernie łaskawie i serdecznie, a w półgodzinnej przeszło rozmowie informował się o pracę sokolą, a w szczególności o działalność sokolstwa polskiego na Pomorzu.

J. E. ks. nuncjusz podkreślił, że Ojciec Święty ocenia poczynania sokolstwa polskiego, zwłaszcza zaś przywiązanie naszej organizacji do wiary ojców i kościoła katolickiego. *w.*

Echa uroczystości Waszyngtońskich.

Dh. prezes Związku otrzymał od Towarzystwa Polsko - Amerykańskiego pismo z dnia 28 lutego r. b., za Nr. 692/32/P., które brzmi:

„Do Pana Prezesa
Związku Sokolstwa Polskiego,
Adama hr. Zamoyskiego

w miejscu.

Centralny Komitet uczczenia w Polsce 200 rocznicy urodzin Jerzego Waszyngtona poczuwa się do miłego obowiązku złożenia serdecznego podziękowania za wydelegowanie pocztu sztandarowego na uroczystą akademję ku czci Waszyngtona, w dn. 22 lutego r. b., w obecności Pana Prezydenta Rzeczypospolitej.

Udział sokolstwa polskiego w tej doniosłej uroczystości był podkreśleniem jego uczuć w stosunku do wielkiego bohatera i męża stanu, wspólnie czczonego przez Polskę i Amerykę.

Raz jeszcze dziękując za łaskawie okazaną nam uczynność, pozostajemy z poważaniem:

Centralny Komitet uczczenia
w Polsce 200 rocznicy urodzin
Jerzego Waszyngtona

(—) Leopold Kotnowsri,
przewodniczący.

15-lecie I Korpusu Wschodniego.

Dn. 13 b. m. obchodzono uroczyście w Warszawie 15-lecie I korpusu wschodniego, utworzonego w r. 1917 w Bobrujsku, pod dowództwem gen. Józefa Dowbora-Muśnickiego.

Dowborczycy tworzą obecnie patrjotyczną organizację b. wojskowych, pod nazwą: „Ku chwale ojczyzny".

W uroczystościach wziął udział poczet sztandarowy sokoli, a przedstawiciel sokolstwa zasiadał w prezydjum akademii, która odbyła się w sali rady miejskiej. Na akademji tej referat o ideologji dowborczyków wygłosił dh. red. mjr. Antoni Bogusławski, uczestnik walk I korpusu.

Chór czeski w Warszawie.

W bieżącym miesiącu gościł w Warszawie sokoli zespół śpiewaczy męski z Morawskiej Ostrawy, pod batutą znanego kompozytora, F. M. Hradila.

Czesi, powitani na dworcu warszawskim przez specjalny komitet i umundurowanych sokołów, udali się do gmachu sejmu i tu spożyli obiad. Po zwiedzeniu sejmu, podejmowani byli w sokolni gniazda I. Na przyjęciu tem obecny był poseł czechosłowacki w Warszawie, p. dr. Girsa. Chór czeski odśpiewał po polsku „Nie rzucim ziemi" i szereg pieśni czeskich.

Na ręce prezesa gniazda I, dha Starzyńskiego — dh. prezes Związku nadesłał powitalny telegram treści następującej:

„Serdecznie pozdrawiam przybyłych z ich pięknej ojczyzny do Warszawy braci Czechów. Niech odwiedziny ich staną się jednym więcej cementem jedności słowiańskiej i sokolej. Na zdar! Czołem!

Adam Zamoyski, prezes".

Wieczorem tegoż dnia, w sali rady miejskiej, licznie zebrana publiczność wysłuchała pięknego i urozmaiconego koncertu. złożonego z pieśni czeskich i polskich. Potem odbył się raut w lokalu „Besedy".

Nazajutrz uczestnicy chóru złożyli wieniec na grobie Nieznanego Żołnierza a wieczorem dali się słyszeć w audycji radjowej.

Ze stolicy goście czescy wyjechali do Poznania, gdzie witani byli uroczyście przez umundurowanych sokołów, którzy wzięli też gremjalnie udział w koncercie urządzonym w auli Uniwersytetu.

Stąd udali się uczestnicy chóru do Katowic i Krakowa, który był ostatnim etapem podróży ich po Polsce.

DZIELNICA MAZOWIECKA.

Warszawa.

W ciągu trzech kolejnych niedziel odbywały się w Warszawie zawody gimnastyczne gniazd stołecznych: 14 lutego — dla druhów, 21 lutego — dla druhen i 28 lutego — dla młodzieży żeńskiej i męskiej.

Zawodników zgłoszono razem: 78 druhów i 31 druhen. Ogólne kierownictwo zawodów, odbywających się na terenie sokolni gniazda II im. gen. Sowińskiego, sprawował dh. Anioł.

Zawodnicy, zgłoszeni do ćwiczeń w stopniu wyższym, — przygotowani byli conajmniej słabo, jeden tylko dh. T. Dołowy (gn. II) wykazał należyty poziom w ćwiczeniach obowiązujących. On też zajął I miejsce (73 punkty na 83 możliwych), na drugiem miejscu stanęli dhowie J. Surała i H. Szafrański (obaj z gn. IV; po pktów 59).

Zawodnicy w stopniu średnim przygotowani byli naogół dobrze. Pierwsze miejsce zajął dh. Ziembiński (gn. I), osiągając punktów 70,5 na możliwych 82, drugie — dh. Ciszewski (gn. IV) — punktów 63,5.

Zawody w stopniu niższym zgromadziły najwięcej zawodników i wypadły zadowalająco. Podkreślić tu trzeba należyte przygotowanie, szczególnie druhów z gniazda IV-go, którzy stanowili połowę wszystkich zawodników w tym stopniu.

I miejsce zajął dh. Makowiecki (gn. II) — pktów 69 na możliwych pktów 81, II-m. — dh. Jarocki (gn. II) — pktów 59,75 w klasyfikacji gniazdowej najwięcej puktów zdobyło gniazdo IV-te (1340) przy 27 zawodnikach, następnem zaś było gniazdo II-gie (801,25) przy 15 zawodnikach.

Druhny, jak to najczęściej bywa, dowiodły znacznie lepszego przygotowania. Wykonały one na międzygniazdowych zawodach całkowite ćwiczenia, obowiązujące na zlot praski, sposobem wykonania rokując nadzieje zwycięstwa na zlocie wszechsłowiańskim.

Pierwsze miejsce zajęła dhna S. Gawałkiewiczówna (gn. IV), osiągając punktów 50,5 na możliwych 52. Drugie miejsce — zdobyła dhna W. Noskiewiczówna (gn. IV), osiągając pktów 49,75.

W stopniu niższym — I m. zajęła dhna H. Dubowska (gn. II), osiągając punktów 43,75 na możliwych 52; drugie — J. Saskowska (gn. II) — pktów 42.

W punktacji gniazdowej: gn. II osiągnęło 319,25 pktów przy 8 zawodniczkach,

gn. IV — 276,25 — przy 6 zawodniczkach,

Ostatnia niedziela była przeglądem najmłodszych sił sokolstwa warszawskiego.

Zwycięzcą był dh. Zając (gn. II), zdobywając punktów 42,25, drugie miejsce przypadło dhowi Pillichowi (gn. II) — 38,25.

Poza zawodami największą ilość punktów zdobył dh. Tyrajski (gn. IV) — 47.

Żeńska młodzież popisała się znakomicie. Zwyciężył zastęp gniazda IV, drugie miejsce zajął zastęp gniazda II.

W punktacji gniazdowej gn. II osiągnęło 388,75 punktów (18 zawodniczek), gnazdo IV — 369 (17 zawodniczek).

W klasyfikacji ogólnej, po trzech dniach:

I	miejsce zajęło gn.	IV —	pkt. 1985,25,
II	„ „ „	II —	„ 1509,25,
III	„ „ „	I —	„ 253,
V	„ „ „	IX —	„ 171,
V	„ „ „	VIII —	„ 163,—
VI	„ „ „	III —	„ 51.75

Naogół stwierdzić można, że poziom ćwiczeń w gniazdach warszawskich w ostatnim czasie znacznie się podniósł. Jeśli więc praca pobiegnie i nadal wartkim prądem, to występ w Pradze wstydu nam nie przyniesie.

Nagrody wręczył zwycięzcom dn. 6 b. m. dh. wiceprezes okręgu, M. Dubowski, w obecności dha prezesa okręgu, S. Lesiewicza.

Grochowski.

Włocławek.

Walne zgromadzenie włocławskiego gniazda odbyło się dnia 6 b. m., we własnym lokalu przy ul. Łaziennej.

W obecności około 100 osób, obrady zagaił dh. prez. Markowski przemówieniem powitalnem.

Na przewodniczącego zaproszono dha Michałowskiego, do stołu prezydjalnego zasiedli nadto: jako sekretarz—dh. Pawłowski i asesorowie druhowie Krobski i Jaguszewski.

Po zatwierdzeniu protokułu poprzedniego walnego zgromadzenia, omówiono działalność gniazda w roku ubiegłym. Zebrań zarządu odbyło się 37; ogólna liczba członków na dzień 1 stycznia r. b. — wynosi 120.

Gniazdo posiada własny lokal, a choć nie otrzymuje żadnych zasiłków ani subsydjów — majątek ruchomy gniazda dosięga sumy zł. 3.695.10.

Zakupiono szereg nowych sprzętów, utrzymywano bibljotekę. Organizowano wycieczki, imprezy propagandowe.

W wyniku wyborów uzupełniających zarząd ukonstytuował się, jak następuje: prezes — dh. St. Markowski, wiceprezes — dh. St. Oźminkowski, lekarz gniazdowy — dh. dr. P. Olszewski, naczelnik — dh. Niklewicz. Członkowie zarządu: Modrzejowski, Gruberski, Szczepański, Polanowski, Stolarski, Roloff, Chałaczkiewiczówna.

Komisję rewizyjną tworzą druhowie: Kowalewicz, Wapniarski i Gutkowski; sąd honorowy: dhna Boye, dhowie: — Mańkiewicz, Tomaszewski, Michałowski i Krobski.

c.

DZIELNICA POMORSKA.

Gdańsk — Nowyport.

W dniu 13 b. m. odbył się w Nowymporcie wieczór popisów gimnastycznych miejscowego gniazda. Licznie zebraną publiczność powitał druh w.-prezes L. Kanka, poczem nastąpiły występy drużyn młodzieży żeńskiej i męskiej z ćwiczeniami gimnastycznemi i wolnemi; ćwiczeniania drużyny starszych na przyrządach wywołały burze oklasków. Z pośród ćwiczących szczególnne należałoby wyróżnić druhów Dawidowskiego, Blocka i Karnata.

Bardzo miłe wrażenie sprawiły też zabawy towarzyskie dzieci.

Do urozmaicenia programu przyczynili się również członkowie „Bratniej pomocy": pan Stempniewicz, wygłaszając przemówienie na temat: „Odzyskanie Górnego Śląska i rozwój Sokoła" oraz pan Hadrian, przygrywając na fortepianie.

Wieczór pokazów gimnastycznych w zupełności osiągnął swój cel, publiczność z zadowoleniem wyrażała się o postępach młodzieży, osiągniętych dzięki wytrwałej i bezinteresownej pracy druha naczelnika Marcinkowskiego.

j.

Wolsztyn.

„Orędownik wolsztyński" z dnia 29 lutego donosi, co następuje: „Istniejące tu od przeszło 10 lat tow. gimn. „Sokół", cieszące się ogólną sympatją obywatelstwa wolsztyńskiego miało odbyć w sobotę swoje walne zebranie. Zjawili się liczni druhowie, zjawili się i członkowie starsi, obywatele. Wtem przy zagajeniu zebrania wkroczył na salę policjant, o-

świadczając, że przychodzi skontrolować zebranie. Przewodniczący oświadczył mu, że odbywa się właśnie doroczne walne zebranie tow. gimn. „Sokół" w Wolsztynie, że jest to zebranie zamknięte, na co policjant oświadczył, że przyjmuje to do wiadomości i że ma zamiar nadzorować. Przewodniczący oznajmił policjantowi, że zebranie to podług jeszcze obowiązującej ustawy o stowarzyszeniach nadzorowi nie podlega i zapytał, czy posterunkowy zna ustawę o stowarzyszeniach. Ten oświadczył, że zna, ale że mimo to zostanie. Przewodniczący, nie mogąc się zgodzić na bezprawne naruszenie przepisów, zamknął walne zebranie, oświadczając, że wobec naruszenia przepisów prawnych przez policjanta zwoła zebranie to imiennie w inny dzień w oznaczonem później miejscu i polecił drużynie celem wykorzystania jej obecności odbycie lekcji gimnastycznej. Nawet te ćwiczenia uważał policjant za potrzebne „nadzorować". Rozgoryczenie obecnych członków było ogromne.

Później dowiedziano się, że w tym czasie patrolowało 2 posterunkowych jeszcze przed salą lub w jej pobliżu".

Sprawa wymagałaby wyjaśnienia.

n.

DZIELNICA ŚLĄSKA.

Z okręgu IX.

Dnia 28 lutego r. b. odbył się zjazd rady okręgu IX.

Udział gniazd był w tym roku o wiele większy, aniżeli w innych latach, chodziło bowiem o rozstrzygnięcie kwestji dalszej samodzielności okręgu. To też na zjazd przybyło 30 delegatów z 8 czynnych gniazd okręgu. Władze dzielnicowe reprezentował dh. wiceprezes Koźlik. Razem na zjeździe obecnych było 40 osób. Obrady zagaił prezes okręgu dh. Różański.

Na przewodniczącego obrad zaproszono dha wiceprezesa okręgu, Skupnia. Po przeczytaniu i zatwierdzeniu protokułu z ostatniego posiedzenia rady okregu, zdawali kolejno sprawozdanie z działalności rocznej: sekretarz, naczelnik, gospodarz i skarbnik.

W sprawozdaniach poruszono wszystkie ujemne i dodatnie strony okręgu i stwierdzono, iż pomimo kryzysu i pewnych niedomagań, okręg utrzymał się na tym samym poziomie, co w roku poprzednim, wykazując nawet pewien przyrost liczby członków. Według sprawozdań. okręg IX brał udział w zlocie okręgu X, w Cieszynie, w liczbie 52 dhów i 12 dhen, następnie w zlocie okręgu VIII, w Krywałdzie, w liczbie 42 dhów. Dnia 6 września urządzono wewnętrzne zawody okręgowe w Lubomi, w których udział brało 28 zawodników.

Przewodnictwo okregu odbyło w ciągu roku 3 posiedzenia. Różnycn pism wpłynęło 66, wysłano zaś 138.

Po rzeczowej dyskusji, w której zabierali głos delegaci niemal wszystkich gniazd, zabrał głos w imieniu komisji rewizyjnej dh. Meisner, stwierdzając zgodne prowadzenie ksiąg kasowych i wnosząc o udzielenie absolutorjum zarządowi co też po krótkiej dyskusji uchwalono.

Zkolei omawiano sprawę reorganizacji okręgu. Wywiązała się ożywiona dyskusja, podczas której delegaci poszczególnych gniazd wypowiedzieli się przeciwko projektowi zniesienia okręgu IX, stwierdzając brak podstaw do takiego kroku, tembardziej, że połączenie napotykałoby na kolosalne trudności i mogłoby przynieść tylko pogorszenie w sprawności tak technicznej, jak i administracyjnej.

Przedstawiciel dzielnicy, dh. Koźlik, zabierając głos, obszernie omówił stosunek dzielnicy do okręgu i stwierdził, że według wysłuchanych sprawozdań, położenie okręgu bynajmniej nie przedstawia się źle, przeciwnie, okręg prosperuje naogół dobrze i nie zachodzi wcale potrzeba włączenia go do innego okręgu.

To też po przekonywujących wywodach dha wiceprezesa dzielnicy, postanowiono pozostawić okręg bez zmian, poczem dh. przewodniczący zarządził przerwę w celu postawienia kandydatów na miejsce ustępujących: prezesa i dwóch członków zarządu.

Po przerwie wybrano w ściślejszem głosowaniu z pośród trzech kandydatów druha inż. Jarosława Serafina, kierownika kopalni Hoym, na prezesa okręgu, na członków zarządu wybrano dhów Alfreda Szpandla i Antoniego Meisnera. Wybór prezesa odbył się przez tajne głosowanie, członków zaś przez aklamację.

Do komisji rewizyjnej weszli dhowie Augustyn Meisner, Filip Nowak i Wilhelm Baron.

Po ukonstytuowaniu się zarządu, objął przewodnictwo nowo wybrany prezes, wygłaszając krótkie przemówienie.

Przystąpiono następnie do sprawy zlotu dzielnicowego w roku bież. Sprawę tę refeorwał dh. wiceprezes Koźlik. W dalszym ciągu przemawiał jeszcze skarbnik w sprawie kasowości i sekretarz w sprawach administracyjnych.

Nakoniec zabrał głos dh prezes okręgu, dziękując wszystkim za przybycie i zachęcając do pracy.

y.

DZIELNICA WIELKOPOLSKA.

Z okręgu poznańskiego.

6 b. m. odbył się zjazd rady okręgu poznańskiego poprzedzony mszą św. w kościele Bożego Ciała. Obrady zjazdowe zagaił prezes okręgu dh. Bolesław Kapela, witając delegata przewodnictwa dzielnicy dha Gładysza, dh. Fellnera, delegatów i gości. Reprezentowanych było 61 gniazd przez 119 delegatek i delegatów. Po przyjęciu protokułu z ostatniego zjazdu, wybrano przez aklamację na przewodniczącego dha Gładysza, który powołał na sekretarza dha Jaskowskiego.

Wobec tego, że sprawozdania zarządu ukazały się w druku i zostały doręczone wszystkim delegatom, ustępujący członkowie zarządu ograniczyli się do krótkich tylko streszczeń. Ze sprawozdań prezesa Kapeli, naczelnika Rutkowskiego, sekretarza Jaskowskiego i przewodniczącej okręgowego wydziału sokolic, dhny Krajewskiej wynika, że praca postępuje naprzód. Okręg poznański w chwili obecnej liczy 62 gniazda w tem 16 żeńskich. Najpiękniejszym dorobkiem mogą się wykazać druhny, które w roku sprawozdawczym założyły 6 nowych gniazd żeńskich, zrzeszając ogółem 600 druhen i 319 młodzieży. Niewesoło natomiast przedstawia się sprawa finansów okręgu, bo przystępując do budowy wielkiej hali w czasach, gdy nasza sytuacja gospodarcza nie przedstawiała się tak tragicznie, — okręg walczy dziś z bardzo poważnemi trudnościami.

Nad sprawozdaniami wywiązała się krótka dyskusja, w której przemawiali dh. Kapałczyński, Skibiński, Łukomski, Anders, Jańczak, Bigos, Gabryelski.

Aby nie przeciągać obrad, wybrano na wniosek dh. Jęczkowiaka komisję matkę, która przedstawiła zebraniu kandydatów do zarządu; oni też zostali wybrani jednomyślnie. W skład zarządu weszli: prezes — dh. Bolesław Kapela, I wiceprezes — dh. Ig. Bartkowiak, II wiceprezes — dh. Bytter, sekretarz dh. Jaskowski, skarbnik — wobec stanowczej rezygnacji dh. Hoffmanna, vacat, naczelnik— dh. Rutkowski, okręgowy wydział sokolic zatwierdzono w składzie następującym: przewodnicząca — dh. A. Krajewska, wiceprzewodnicząca — dh. Gładyszowa, skarbniczka — dh. Liberowa, sekr. — dh. Stolpówna i naczelniczka — dh. Korachówna. Kapelanem okręgu wybrany został ks. prob. Bajerowicz.

Sąd honorowy tworzą druhowie: Wiktor Gładysz, inż. Wiktor Maćkowiak, Wiktor Weselik, Bolesław Karge, Liberowa, Łotyczewska, Lewicka i Michalski; komisję rewizyjną: dh. Chałupka, Wolny i Zmysłowski.

Września.

Żeńskie gniazdo we Wrześni odbyło swe walne zgromadzenie dn. 21 stycznia r. b.

Obrady zagaiła dhna prez. Jakubowska, wzywając zebrane druhny do uczczenia pamięci śp. dha prez. Trepińskiego.

Przewodniczył obradom dh. prez. okr. Cieślak, sekretarzowała dhna Sobczakówna.

Ze sprawozdania widać, że zarząd gniazda odbył 12 posiedzeń, a zebrań miesięcznych urządzono 10 *).

Gniazdo zorganizowało 10 tygodniowy kurs sanitarny, przedstawienia teatralne, zabawy i popisy gimnastyczne, słowem przejawiało żywotną działalność.

Wybory nie przyniosły żadnych zmian w zarządzie, co dowodzi o uznaniu, jakie zarząd ten zdobyć sobie potrafił.

s.

ZAGRANICA.

CZECHOSŁOWACJA.

Pamiątkowe znaczki pocztowe.

W połowie b. m. rząd czechosłowacki puścił w obieg pamiątkowe znaczki pocztowe dla uczczenia setnej rocznicy urodzin Mirosława Tyrsza.

Na nowych znaczkach, których nakład wynosić ma sto miljonów egzemplarzy, widnieje portret Tyrsza w stroju sokolim. Na 50-halerzowym, zielonym, i na 1-koronowym, czerwonym, Tyrsz przedstawiony jest *en face*, a na 2-koronowym niebieskim, i 3-koronowym, brunatnym,— w profilu.

Zapowiedziano również wydanie pocztówek czechosłowackich, propagujących wszechsłowiański zlot sokoli w Pradze.

Wystawa sokola na Zlocie Praskim.

W ramach wszechsłowiańskiego zlotu sokolego w Pradze — mieścić się będzie wystawa sokola.

---

*) O zebraniach tych nieraz już na tem miejscu pisaliśmy, zawsze stawiając za wzór pracy obywatelskiej działalność dzielnych druhen wrzesińskich — *Przyp. red.*

Wystawa zająć ma cały teren Targów praskich i wszystkie pałace i pawilony, jakie tam się znajdują.

Główna część wystawy mieścić się będzie w t. zw. płacu przemysłowym, którego sala środkowa poświęcona zostanie pamięci dha dra Mirosława Tyrsza. Tu znajdą miejsce obok popiersia znakomitego sokoła — liczne pamiątki, książki i rękopisy, jakie po nim zostały. W prawem skrzydle pałacu przemysłowego znajdą się eksponaty sokole wszystkich związków, zrzeszonych w Związku sokolstwa słowiańskiego.

Na wystawie tej przedstawione będą wszelkiego rodzaju przyrządy gimnastyczne, urządzenie wzorowej sali ćwiczeń i urządzenia nieodpowiednie, — mające zobrazować, jak w braku właściwego miejsca i przyrządów — młodzież sokola ćwiczy nieraz w zwykłych izbach, szopach, czy stodołach.

Specjalny dział poświęcony będzie znaczeniu ekonomicznemu sokolstwa, jako konsumenta (zużycie materjałów, budulców, narzędzi, światła, węgla, słowem znaczeniu w ogólnej konsumcji).

W t. zw. pałacu maszyn — mieścić się będzie dział wystawy pod nazwą: „Brać sokola w życiu gospodarczem". Tu widzieć będzie można różnorodność produkcji sokołów - wytwórców, produkcji, która stanowi jakże często, jeśli nie zawsze o sile gospodarczej każdego gniazda.

Jeśli chodzi o stronę architektoniczną, to wystawa cała urządzona będzie według jednolitego planu.

Z wystawą łączyć się będzie t. zw. kącik zabaw z przeróżnemi atrakcjami. Tu mieścić się ma również scena, przeznaczona dla wystąpień teatralnych i pokazów gimnastycznych.

Przygotowania do wystawy sokolej są już w pełnym biegu we wszystkich związkach.

Jak nam wiadomo, organizacja działu sokolstwa polskiego na wystawie — spoczywa w rękach dha wiceprezesa Związku M. Terecha i dhny naczelniczki J. Zamoyskiej.

Jesteśmy przekonani, że zarówno eksponaty polskie na wystawie wzbudzą zainteresowanie, jak wystąpienia polskiego zespołu tańców narodowych — spotkają się tam z pełnem uznaniem i owacyjnem przyjęciem ze strony naszych braci-sokołów zagranicznych.

A do śmiałego tego twierdzenia upoważnia nas dostatecznie pamiętne i niebywałe powodzenie niepospolitej pantominy alegorycznej „Zaślubiny Wisły z Bałtykiem", pióra i reżyserji, a nawet i dekoracji, słowem dzieła od *a* do *z* dhny naczelniczki Jadwigi Zamoyskiej.

Potrafimy więc nietylko dorównać, ale i zaimponować bratnim związkom, jeśli potrafiliśmy zdobyć się na odtworzenie z tradycji narodowej polskiej tego, co naprawdę piękne i godne, jeśli potrafiliśmy powiązać to, co czujemy, z tem, czego pragniemy, co nam się należy odwiecznem prawem sprawiedliwości.

Nie w samem dążeniu do zwykłego zaimponowania wyrazić się ma nasza praca, ale w dążeniu do wywarcia wrażenia silnego, przez które torować musimy sobie drogę wśród najprzedniejszych narodów słowiańskich — do chwały i potęgi Polski mocarstwowej.

—jb.—

ZE ZWIĄZKU SOKOLSTWA POLSKIEGO WE FRANCJI.

Paryż.

Odbyło się w Paryżu zwyczajne walne zgromadzenie tutejszego „Sokoła", w lokalu własnym (7, rue Corneille).

W zgromadzeniu uczestniczyli nietylko sokoli, ale i liczni przedstawiciele kolonji polskiej, prasy i organizacji społecznych.

Zagaił obrady dh. prezes dr. Brabander.

Po uroczystem odśpiewaniu hymnu sokolego, na przewodniczącego zaproszono dhra prof. Pietrzyka, na sekretarza — dha Sobieskiego i na asesorów — dhów Kulkę i Walusia.

Walne zgromadzenie przyjęło do wiadomości i zatwierdziło sprawozdania zarządu.

Dokonano wyborów uzupełniających: na wiceprezesa — dha Powążkę, naczelnika — dha Kulaszewskiego i członków — dhów: Gonciarza, Koziełł - Kozierskiego i Boneckiego.

„Sokół" jest najstarszą organizacją polską we Francji, bo założony został w roku 1903. Gniazdo posiada własną salę do ćwiczeń (42, avenue du Quesne), wyposażoną we wszelkie przyrządy gimnastyczne.

Prasa polska we Francji, podnosząc z uznaniem działalność paryskiego gniazda sokolego, wypowiada pod jego adresem życzenie, aby większy kładło nacisk na udział w występach publicznych, co przyczyniłoby się niewątpliwie do większej popularności.

Z okręgu II.

— W Dechy odbywa się kurs gimnastyczny okręgu II Zw. sokolstwa polskiego we Francji. Kurs ten trwa już od pewnego czasu, przyczem ćwiczenia odbywają się tylko w niedziele.

— 21 lutego r. b. naczelnicy gniazd dokonali wyboru wydziału technicznego okręgu II: naczelnikiem został dh. Fr. Musielak, sekretarzem — dh. S. Dudczak, członkami dh. dh.: P. Musielakowa, W. Twardowski, St. Wachowiec i St. Walczak.

Z okręgu VI.

Uchwałą swą z dn. 7 lutego, zjazd rady okręgu VI Zw. sok. pol. we Francji zatwierdził dokonaną przez zarząd okręgu likwidację gniazda Ronchy.

ZE ZWIĄZKU SOKOLSTWA POLSKIEGO W NIEMCZECH.

Ś. p. dh. Stanisław Wojciechowski.

Dnia 13 lutego r. b. sokolstwo polskie w Berlinie odprowadziło na miejsce wiecznego spoczynku swego członka honorowego, ś. p. dha Stanisława Wojciechowskiego.

Ś. p. zmarły należał do giazda berlińskiego przez lat 40, zawsze sokolej pracy poświęcając się z całem oddaniem.

To też „Sokół" polski w Berlinie dotkliwie odczuł stratę wiernego druha, kolonja zaś polska — szczerego patrjoty.

Berlin.

Gniazdo Berlin I odbyło swe walne zgromadzenie dnia 2 lutego r. b., pod przewodnictwem dha prez. Kruszony.

Ze sprawozdań widać, że gniazdo berlińskie przejawia żywotną działalność.

Po zatwierdzeniu sprawozdań, dokonano wyborów nowego zarządu, w skład którego weszli: prezes — dh. Cz. Jakielski, sekretarz — dh. A. Rogalski, naczelnik — dh. W. Rybacki, członkowie dh. dh.: St. Kantorowicz, Wł. Florkiewicz, L. Komorowicz, Fr. Kruszona, L. Poznań, E. Kryjom, W. Perła, dhny: K. Gołembówna, St. Olszewska.

Zgromadzenie zakończono pieśnią: „Do pracy".

KRONIKA SPORTOWA

Z OKRESU SPORTÓW ZIMOWYCH 1932 R.

„Hu hu ha, hu hu ha! ostra zima trwa!", a przy tej ostrej zimie wszelkie sporty zimowe uprawiane są zapałem przez wielkie rzesze rozmiłowanych w walce z przyrodą zimową sportsmenów i dzielnie towarzyszące im sportsmenki.

Kursy, zaprawy i treningi, a wreszcie wieńczące dzieło zawody — oto najważniejsze wydarzenia obecnego sezonu sportowego.

Największe zawody, które śledził z zaciekawieniem świat cały, to rozegrane niedawno igrzyska zimowe w Lake Placide (St. Zjedn.), stanowiące część wielkiej olimpjady, mającej się odbywać w r. b. w Los Angeles. Początek igrzysk zapowiadał się jak najfatalniej. Pogoda nie sprzyjała, ciągłe odwilże i brak śniegu dawały się srodze we znaki trenującym zawodnikom, a ogólny kryzys finansowy oraz wielka odległość między starym i nowym lądem stanowiły trudności, zdawało się, nie do przezwyciężenia. Jednakże, w miarę zbliżania się terminu zawodów, nieprzyjazne warunki przy wspólnym wysiłku zwalczono, a pogoda ustaliła się, co sprawiło, że ogólnie 17 narodów wysłało 326 zadowników i zawodniczek, by zmierzyć swe siły w tych pierwszych zawodach olimpjady.

Igrzyska trwały od 4 do 15 lutego. Po zaprzysiężeniu zawodników i uroczystem otwarciu olimpjady w obecności przedstawicieli współzawodniczących narodów, oraz zawodników przystąpiono do rozpoczęcia zawodów. W czasie trwania igrzysk zmiany warunków atmosferycznych i powtarzające się wciąż odwilże w znacznej mierze utrudniały organizację a przedewszystkiem walka o pierwszeństwo stawała się częstokroć niesłychanie trudną dla zawodników. Mimo to, cały program został wyczerpany, a wyniki poszczególnych konkurencyj przedstawiają się następująco:

W zawodach hockeyowych, do których zgłosiły się drużyny Kanady, St. Zjedn., Niemiec i Polski, zwyciężyła Kanada, 11-oma punktami, strzelonych bramek 32, straconych 4; 2-gie miejsce uzyskała drużyna St. Zjedn. 9 pkt. str. br. 27:5; 3-cie miejsce — Niemcy,4 pkt. str. br. 7:26; 4-te ostatnie miejsce drużyna polska 0 pkt. st. br. 3:34. Tak więc polska drużyna poniosła okrutną porażkę, tracąc 34 bramki.

W zawodach narciarskich natomiast powiodło się polskim zawodnikom. Ogółem do konkurencji narciarskich zgłosiło się 120 zawodników z Kanady, St. Zjedn.,

Norwegji, Szwecji, Japonji, Włoch, Francji, Czechosłowacji, Austrji, Szwajcarji i Polski. Najlepsze wyniki osiągnęli Norwegowie, zdobywając w kombinacji na 33 zawodników cztery pierwsze miejsca, a w konkursie skoków na 35 zawodników pierwsze trzy miejsca im się również dostały. W biegach najlepszymi byli Finlandczycy, osiągając w biegu 50-kilometrowym na 34 zawodników dwa pierwsze miejsca, następne zaś cztery, znowu przypadły Norwegom. W biegu na 18 klm., na 70 zawodników dwa pierwsze miejsca zdobyli Szwedzi, trzecie i czwarte miejsce — Amerykanin Shea w czasie 2 m. 27,5 sek.; drugie i trzecie miejsce zdobyli Kanadyjczycy Hurd i Logan.

Na 10.000 m. po 2 przedbiegach i dyskwalifikacji kilku zawodników oraz po różnych nieporozumieniach i dłuższych pertraktacjach, ostatecznie dyskwalifikację cofnięto, a po powtórzeniu przedbiegów wyniki finału były następujące: 1-szy — Jaffee (St. Zjedn.) 19:13,6; 2-gi — Ballangrud (Norwegja); 3-ci — Stack (Kanada).

W biegu na 5000 mtr. po zaciętej walce 1-szym był Jaffee (St. Zjedn.) 9:40,8;



Grupa jugosłowiańska w zawodach na Szczyrbskiem Jeziorze.

Finlandczycy. Z polskich zawodników wyróżniał się Br. Czech; osiągnął on w kombinacji 7-me miejsce i 12-te w konkursie skoków. Marusarz S. zajął w kombinacji 23-cie miejsce, a w konkursie skoków — 17-te miejsce. Marusarz A. w skokach uzyskał 22-gie miejsce, a w kombinacji — 19-te

Kobiecych zawodów narciarskich program igrzysk nie obejmował.

W zawodach łyżwiarskich w jeździe szybkiej panów na 500 mtr uzyskali miejsca: 1-sze — Shea (St. Zjedn.); 2-gie — Evensen (Norwegja) i 3-cie — Hurd (Kanada).

Na 1500 mtr. do finału stawali tylko Amerykanie i Kanadyjczycy. Zwyciężył 2-gi — Murphy (St. Zjedn.); 3-ci — Logan (Kanada).

Wielką trudność dla łyżwiaży europejskich stanowiły specjalne przepisy zawodów, obowiązujące tylko w Ameryce, a do których zawodnicy europejscy nie byli przyzwyczajeni.

W jeździe figurowej panów 1-sze miejsce zdobył młodziutki zawodnik Schaffer (Austrja), 2-gie miejsce Graffström (Szwecja).

W jeździe figurowej parami 1-sze miejsce i tytuł mistrza olimpjady zdobyła znana francuska para Brunet-Joly, a wicemistrzostwo olimpjjskie przypadło parze Badger-Loughran (U. S. A.); dalsze miej-

sca przypadły: 3 i 4-te — Węgrom, 5-te i 6-te — Kanadzie.

W olimpijskim turnieju jazdy figurowej pań 1sze miejsce zdobyła słynna Sonia Hennie (Norwegja), 2-gie miejsce—Fritzi-Burger (Austrja), 3-cie — Maribell Windson (St. Zjedn.), 4-te — Kanada, 5-te — Szwecja, 6-te — Belgja, od 7-go do 10-tego — Anglja.

W jeździe pokazowej szybkiej pań na 1000 mtr. zwyciężyła kanadyjka Brookspotter, ustanawiając nowy rekord światowy w czasie 2 m. 1,2 sek.

W zawodach bobslejowych klasyfikacja przedstawia się jak następuje: w konkurencji dwójek został po raz trzeci w turnieju olimpijskim ustanowiony rekord toru przez załogę Adam - Stevens St. Zjedn., którzy osiągnęli fenomenalny czas 1:57,68 sek.; 2-gie miejsce osiągnęli Szwedzi; 3-cie — St. Zjedn.; 4-te — Rumunja; 5-te — Niemcy; 6-te Włochy. W konkurencji bobslejów czteroosobowych 1-sze i 2-gie miejsce mają St. Zjedn.; 3-cie — Niemcy; 4-te — Szwajcarzy; 5-te Włochy; 6-te — Niemcy; 7-me — Rumunja.

Po za ramami igrzysk odbywały się różne pokazy, a mianowicie: kobiece biegi w jeździe szybkiej na lodzie, zawody curling, pokazy lacrone, wyścigi zaprzęgów psich.

Ostateczna klasyfikacja igrzysk zimowych jest następująca: 1) — St. Zjedn. pkt. 118, 2-ga Norwegja 77 pkt., 3-cia Kanada 49 pkt., 4-ta Szwecja 28 pkt., 5-ta Finlandja 25 pkt., 6-te Niemcy 17 pkt., 7-ma Austrja 15 pkt., 8-ma i 9-ta Francja i Szwajcarja po 10 pkt., 10-te Węgry 7 pkt., 11-ta Polska 6 pkt., 12-ta i 13-ta Italja i Rumunja po 3 pkt., 14-ta i 15-ta Belgja i Czechosłowacja po 2 pkt.

W dniu 15.II, zostały uroczyście zakończone III-cie Igrzyska zimowe, w których palmę pierwszeństwa ostatecznie otrzymały Stany Zjednoczone. Nasi hockeiści rozegrali jeszcze szereg spotkań z różnem szczęściem, a drużyna narciarska odniosła świetny sukces w zawodach narciarskich 16 lutego w Piesfeld, zdobywając wszystkie pierwsze miejsca.

Narciarze nasi powracali zaraz po tych zawodach do kraju, by wziąć udział w narciarskich mistrzostwach Polski, mających się odbyć 26 i 29 lutego, hockeiści zaś, po kilku jeszcze rozegranych meczach z klubami amerykańskiemi, powracali do Europy, by wziąć udział w mistrzostwach Europy w Berlinie.

A teraz rozpatrzmy serję zawodów w sportach zimowych, jakie się rozgrywały w Europie. Przedewszystkiem należy podkreślić propagandowe i sportowe znaczenie szeregu zwycięstw naszej niezrównanej rekordzistki Neringowej w jeździe szybkiej, w czasie łyżwiarskich mistrzostw europejskich, które się rozgrywały w Davos 8 i 9 stycznia.

Na mistrzostwach tych pobiła ona cztery rekordy światowe na 500 m. na 1000 mtr., 1500 i 3000 mtr. Wynik jej na 500 mtr. został jednak zaraz potem poprawiony przez wiedenkę Landbeck. Neringowa startowała też na międzynaordowych zawodach w Engelbergu, gdzie wygrała bieg kobiecy na 500 mtr. osiągając czas 59 sek., a zatem o 0,3 sek., gorszy od rekordu światowego. Na mistrzostwach w Davos 1-sze miejsce w jeździe szybkiej zajął Thumberg (Finlandja), zdobywając tytuł mistrza, 11-te, przedostatnie, Kalbarczyk. W biegu na 3000 mtr. wygrał Thumberg, 7-me miejsce zajął Kalbarczyk, wyprzedzając mistrzów Niemiec, Węgier, oraz trzech Holendrów.

W Zakopanem odbyły się 2-go i 3-go stycznia międzynarodowe zawody łyżwiarskie, przy udziale łyżwiarzy czeskich, niemieckich, węgierskich i polskich. W jeździe figurowej pań 1-szą jest Schwartz (Berlin), 2-gą — Cukierówna (Polska). W jeździe figurowej panów 1-sze miejsce zajął Swarzewicz (Polska), 2-gie miejsce przypadło Czechom. W jeździe parami 1-sze miejsce zdobyli łyżwiarze z Polski, 2-gie z Niemiec, 3-cie z Polski.

Mistrzostwa Polski w jeździe szybkiej rozegrane zostały w Warszawie dnia 20 i 21 lutego. W biegu na 500 mtr. przybyli 1-szy Kalbarczyk, 2-gi Michalak, 3-ci Dobrzyński. W biegu na 5000 mtr. 1-szy Kalbarczyk, 2-gi Dobrzyński, 3-ci Michalak. W biegu na 1500 mtr.: 1-szy Michalak, 2-gi Kalbarczyk. Bieg 10 klm.: 1-szy Kalbarczyk, 2-gi — Michalak. Michalak został mistrzem Polski. W biegu pań na 500 mtr., 1000 mtr. i 1500 mtr.: 1-sza Neringowa, czasy jej jednak były gorsze od rekordów Polski. Neringowa została mistrzynią Polski na r. 1932.

W dniu 24 stycznia Kalbarczyk startował w Opawie, gdzie pobił dwa rekordy Polski na dystansie 500 mtr., i 1500 mtr.

Mistrzostwa Polski w jeździe figurowej zostały rozegrane w Zakopanem. W jeździe panów 1-szy był Iwasiewicz, 2-gi — Staniszewski, 3-ci — Marmol. W jeździe pań: 1-sza — Popowicz, 2-ga — Śniadecka, 3-cia — Cukiertówna. W jeździe parami: 1-si — Bilerówna — Kowalski, 2-dzy — Rudnicka—Tener, 3-ci — Żmudzińscy.

Rozgrywano również na terenie całej Polski szereg zawodów międzyklubowych, wewnętrznych i dla młodzieży, a te ostatnie zwłaszcza cieszyły się wielką popularnością i budziły zainteresowanie.

W Montrealu zostały rozegrane mistrzostwa świata w jeździe figurowej. W jeździe panów wygrał Schäffer (Austrja), 2-gi — Wilson, (Kanada). W jeździe pań: 1-sza — Sonia Hennie (Norwegja), 2-ga— F. Burger (Austrja). W jeździe parami: Brunet — Jolly, (Francja) i Rotter—Szolas (Węgry).

Ostatnio w Ameryce Dorota Frainey z St. Paul w biegu na 500 m. uzyskała czas 54,3 sek., a więc znacznie lepiej, niż wiedenka Landbeck 58,7 i Nehringowa 59 s.

Hockey na lodzie staje się coraz bardziej rozpowszechnioną grą. W przeróżnych punktach Polski rozgrywane były liczne mecze, z których najważniejszemi były: 29 października w Katowicach, gdzie reprezentacja Śląska polskiego pokonała reprezentację Śląska niemieckiego w stosunku 1:0, 29 listopada drużyna Legji pokonała w Berlinie drużynę związku brandeburskiego w stosunku 6:0, 5 grudnia w Katowicach Berliner Schlittschuh—klub pokonał reprezentację Polski w stosunku 1:2; 6 grudnia w Wiedniu rozegrany został mecz między drużyną Worszawy i Wiednia, zakończony wynikiem 1:2, na korzyść Wiednia. W dn. 19 i 20 grudnia dwa mecze na torze sztucznym w Katowicach zostały rozegrane między kombinowaną drużyną polską a roppauer E. V. (Opawa) i wygrane przez Polaków w stosunku 3:1 i 2:1. W Krakowie w dniu 20 grudnia Sokół zwyciężył Cracovię w stosunku 4:1, 27 grudnia w Katowicach polska drużyna była pobita w stosunku 3:0, przez kanadyjską drużynę Otawa. W dniu 29 grudnia również w Katowicach polska drużyna została pokonana przez drużynę kanadyjską w stosunku 0:1 i w dniu 31 grudnia w stosunku 0:9. W dniach od 29 grudnia do dnia 2 stycznia r. b. odbywały się na sztucznym torze w Katowicach międzynarodowe zawody z wynikami następującemi: 29 grudnia polska drużyna przegrała z drużyną kanadyjską (Otawa) 0:1, a w dniu 31 grudnia w stosunku 0:9; dnia 1 stycznia zespół austrjacko-polski przegrał w stosunku 5:0 na korzyść Kanady; w tymsamym dniu Austrja zwyciężyła Brandeburg, w stosunku 5:1, w dniu 2 stycznia Brandeburg zwyciężył drużynę Rumunji w stosunku 2:0 i polską drużynę 2:0. Tegoż samego dnia polska drużyna była pokonana przez austrjacką drużynę 1:0. Tegoż dnia w Krakowie drużyna kanadyjska pokonała miejscową drużynę w stosunku 0:8. W dniu 16 i 17-ego stycznia rozegrany został turniej hockeyowy z udziałem śląskiego T. Ł., AZS — Warszawa. Makabi—Kraków i Sokół — Kraków. Turniej ten wygrał Sokół — Kraków. W turnieju w Zakopanem, który się odbzył w dniach od 31 stycznia do 2 lutego przy udziale drużyn Tropauer E. V., drużyny z Brna, Cracovji i Sokoła, 1-sze miejsce uzyskał Tropauer E. V. przed Sokołem.

W narciarstwie najświetniejszym tegorocznym sukcesem drużyn polskich było zwycięstwo drużyny z Sokoła zakopiańskiego na Szczyrbskiem Jeziorze, w czasie II-gich mistrzostw sokolstwa słowiańskiego. Zwycięstwa naszych sokolic i sokołów wywołały wielki efekt, a znaczenie sportowo-propagandowe jest nader doniosłe. Szczegółowe sprawozdanie z tych zawodów podane jest oddzielnie w „Dodatku technicznym".

Oprócz tych zawodów wymienić tu należy cały szereg innych zawodów narciarskich, a mianowicie:

W Cortino d'Ampezzo rozegrane zostały mistrzostwa narciarskie Europy, przy udziale 7-miu narodów. Niestety, wskutek nieodpowiednich warunków, w jakich znajdowała się drużyna polska, odnieśli nasi zawodnicy i zawodniczki sromotną porażkę, zajmując 7-me (ostatnie) miejsce. W biegu zjazdowym Rajski był 30-ym, a Bujak 34-ty, Wasilewski zaś 36-tym. W biegu pań Stopkówna była 16-tą, a Polankowa 18-tą.

W Westerowie (Czechosłowacja) rozegrane zostały mistrzostwa Tatr, przy udziale, prócz drużyn polskich, drużyn państw obcych. W biegu sztafetowym wygrała drużyna polska, zdobywając na własność puhar Związku karpackiego (Karpathen - Verein). W kombinacji I-szy był Kratzer (Niemcy), 2-gi Braeth (H. D. W.), 3-ci Lorek (Polska), 4-ty Łuszczak (Polska), 5-ty Dawidek (Polska), 6-ty Sitarz (Polska), 8-my Gawlikowski (Polska) i 10-ty J. Marusarz (Polska). W konkursie skoków w klasie I-szej 1-sze miejsce zajął Hein (Czechy), 2-gie Kratzer (Niemcy), a w klasie II-giej I-sze Łuszczak (Polska) przed Kolesarem i Lorkiem. W biegu zjazdowym na 2 klm. w klasie senjorów, 1-szy Kratzer (Niemcy), 2-gi Braeck (Austrja), 3-ci Suleja (Polska). W klasie juniorów 1-szy Mareja (Węgry), 2-gi Lorek (Polska), 3-ci Kowalski (Polska). W biegu na 18 klm. w kl. I-szej 1-szy przybył Berych, w kl. II-giej Gawlikowski przed Górskim i Dawidkiem. W biegu pań zwycięstwo odniosła Stopkówna (Polska).

Narciarskie mistrzostwa Polski rozegrane były między 4 a 6-tym marca. W biegu na 18 klm. 1-szy przybył Berych, w czasie 1 g. 27 m. 48 sek., 2-gi Karpiel, 3-ci Michałowski, 4-ty Pradziad, 5-ty Z. Polankowy. W klasie starszych: 1-szy Schiele, 2-gi Lednarski. W biegu pań na 8 klm.:

1-sza Stopkówna w czasie 35 m. 33 s., 2-ga Kotarska, 3-cia Szwarcbartówna. Polankowa w tych dniach brała udział w zawodach słowiańskich na Szczyrbskiem Jeziorze.

W kombinacji 1-sze miejsce osiągnął S. Marusarz, 2-gie — Łuszczak. W skokach: 1-sze — S. Marusarz, 60, 61, 62 m., 2-gie — Łuszczak, 52, 58, 60. Poza konkursem S. Marusarz pobił rekord skoczni, osiągając 72 m. Dawny rekord, 71 m., należał do Norwega Ruuda.

W Zakopanem w dniach 13 i 14.II odbyły się mistrzostwa Podhala. W biegu 18 klm.: 1-szy Berych, 2-gi Karpiel, 3-ci Pradziad. Z zawodników do kombinacji' 1-szy Sitarz, 2-gi Motyka, 3-ci Marusarz J. W konkursie skoków do kombinacji: 1-szy Łuszczak, 2-gi Łaś, 3-ci Gąsiennica-Marcinkowski. Wynik ogólnej klasyfikacji: 1-szy Łuszczak (uzyskał tytuł mistrza okręgu), 2-gi Gąsiennica-Marcinkowski, 3-ci J. Marusarz. W skokach otwartych: 1-szy Łuszczak, 2-gi Gąsiennica-Marcinkowski, 3-ci Łaś. W biegu kobiecym na 8 klm.: 1-sza Hotarska, 2-ga Lorencówna (Sokół) i Gutówna. W biegu juniorów od 16 do 18-tu lat: 1-szy Giewont, 2-gi Stopka, 3-ci Bochenek. W klasie 18 — 20 lat: 1-szy Stopka M., 2-gi Lipowski, 3-ci Rzepka. W kombinacji w kl. juniorów od 18 do 20 lat: 1-szy Lipowski, 2-gi Rzepka. W kl. 16 do 18 lat: 1-szy Giewont, 2-gi Bochenek. W biegu na 30 klm : 1-szy Berych, 2-gi Dawidek, 3-ci Pradziad.

7 i 8 lutego odbyły się w Zakopanem zawody o puhar Makuszyńskiego. W skokach otwartych: 1-szy Łuszczak, 2-gi Gut (Sokół), 3-ci Marusarz J. W biegu z przeszkodami na 2500 m. pierwsze miejsce w finale zajął M. Górski, 2-gie Szostak, 3-cie Pradziad. W klasie juniorów zwyciężył A. Giewont przed Bochenkiem.

W Czechosłowacji, w miejscowości Wołowiec, odbył się bieg drużynowy na 20 klm. z obciążeniem pięciu klg. Startowało 16 drużyn, w tem 5 polskich. Zwyciężyła reprezentacja okręgu lwowskiego.

21 lutego, odbyły się w Jordanowie narciarskie zawody Związku sokolstwa polskiego. Dokładne sprawozdanie z tych zawodów zamieszczone jest w „Dodatku technicznym" niniejszego numeru.

Oprócz kombinowanych zawodów narciarskich, odbywały się specjalne konkursy skoków. 1-go lutego odbył się konkurs skoków w Krynicy. Wyniki były następujące: 1-szy Kolesar, skoki 37, 42 i 44 mtr, 2-gi Serafin (Sokół), 34, 34 i 35 mtr., 3-ci Zabotyński, 32, 35, 35 mtr. W tym samym dniu odbył się również w Zakopanem konkurs skoków na Krokwi. Zwyciężył Łuszczek 41, 52½ i 52,, 2-gi Szczerba, 3-ci J. Marusarz. Po za konkursem J. Marusarz skoczył 59 mtr. z upadkiem.

W początkach stycznia w Zakopanem na Krokwi przy udziale 3-ch zawodników, 1-szy był M. Marusarz, 47, 51, 2-gi Br. Czech, 48 i 49½, 3-ci Kolesar.

17-go stycznia, w konkursie skoków na Krokwi, wyniki były następujące: 1-szy Kolesar, 49 i 52 mtr. 2-gi Łuszczak, 52 i 49 m., 3-ci Gąsiennica-Marcinkowski. W klasie juniorów na Hyclówce: 1-szy Gut (Sokół), 2-gi Giewont.

Oprócz zawodów w sportach narciarskim i łyżwiarskim, odbywały się również zawody saneczkowe. Najważniejszemi były: zawody międzynarodowe, które zostały rozegrane 17-go lutego w Zakopanem, na torze saneczkowym w Kuźnicach, na trasie 1.500 mtr. W wyścigu jedynek 1-sze miejsce zdobył Preisner (Czechosłowacja), czas 1:51,6 sek.; 2-gi Poselt (Czechosłowacja), 3-ci Scheinflug (Austrja); Polski zawodnik Rączkiewicz zajął 7-me miejsce. W wyścigu dwójek klas. 1-szy Poselt, Kopal (Czechosłowacja), czas 1:53,2 sek.; 2-gi Preisner — Tauber (Czechosłowacja), 3-ci Scheinflug — Preisner (Austrja), na 5-tem miejscu para polska — Żarlikowski — Wiśniewski. W biegu skeletonów zwyciężył Koprowski z Zakopanego w czasie 2:04,2 sek., przed Choroskowskim. W biegu jedynek pań: 1-sza Hensch (Austrja) 2:22 sek., przed Witkowską. W konkurencji trzyosobowych bobslejów (walkowerem) przez Salnikowa prowadzony bob uzyskał rekordowy czas dnia 1:47.

W dniach od 13-go do 15-go lutego, w Krynicy zostały rozegrane saneczkowe mistrzostwa Polski, przy udziale zawodników austrjackich, czechosłowackich i polskich. W konkurencjach pań zdobyła mistrzostwo Witkowska, czas 1:53 sek., 2-ga Hensch (Austrja), 3-cia Przybylska. W dwójkach mieszanych: 1-si pp. Witkowscy 1:39 sek., 2-ga para austrjacka Scheinflung — Hensch, 3-cia Rączkiewicz — Lisiewicz. W jeździe panów mistrzostwo zdobył Preisner (Czechosłowacja) 1:37,9 sek., przed Scheinflugiem i Rączkiewiczem. W zjazdach panów parami zwyciężyła para polska Rączkiewicz — Witkowski 1:35,2 sek., przed parą Scheinflung — Preisner. Pozatem Witkowski ustanowił rekord toru (1.400 metrów), osiągając czas 1:36,2 sek.

W innych gałęziach sportów odbywał się również cały szereg spotkań i zawodów, z których sprawozdanie ukaże się w następnym numerze „Przewodnika".

Jadwiga Zamoyska.

OD ADMINISTRACJI.

W dalszym ciągu zmuszeni jesteśmy podać do publicznej wiadomości wykaz okręgów i gniazd, zalegających z opłatą prenumeraty za „Przewodnik“:

DZIELNICA MAZOWIECKA.

(Ciąg dalszy).

OKRĘG ŁÓDZKI

Ozorków	1931	„ 14.—
Łódź I	1930 — 1931	„ 42.—
Łódź II	1930 — 1931	„ 18.—
Lutomiersk	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„ 70.—
Łęczyca	1929 — 1930 — 1931	„ 42.—
Pabjanice	1931	„ 7.—
Mirosławice	1930 — 1931	„ 28.—
Zgierz	1928 — 1929 — 1930 — 1931	„ 42.—

OKRĘG WILEŃSKI

Zarządu Okręgu	1930 — 1931	„ 16.—
Nowogródek	1930 — 1931	„ 28.—
Oszmiana	1931	„ 14.—
Nowo Święciany	1931	„ 14.—
Nowa Wilejka	1930 — 1931	„ 28.—

OKRĘG SIERADZKI

Zarząd okręgu	1929 — 1930 — 1931	„ 42.—
Sieradz	1930 — 1931	„ 28.—
Zduńska Wola	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„ 63.—
Warta	1929 — 1930 — 1931	„ 42.—
Złoczem	1931	„ 7.—
Łask	1930 — 1931	„ 28.—

OKRĘG ZAMOYSKI

Zamość	1928 — 1929 — 1930 — 1931	„ 56.—
Hrubieszów	1929 — 1930	„ 24.—
Biłgoraj	1930 — 1931	„ 32.—
Komarów Lubelski	1930 — 1931	„ 28.—

DZIELNICA POMORSKA.

OKRĘG BYDGOSZCZ.

Szubin	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„ 70.—
Fordon (męski)	1929 — 1930 — 1931	„ 35.—
Koronowo	1931	„ 14.—
Bydgoszcz XI	1928 — 1929 — 1930 — 1931	„ 49.—
Bydgoszcz VIII ul. Rupienica	1928 — 1929 — 1930 — 1931	„ 56.—
Brdyujście	1928 — 1929 — 1930 — 1931	„ 56.—

OKRĘG BRODNICA.

Zarząd Okręgu	1929 — 1930 — 1931	zł.	42.—
Brodnica n/Drwęcą	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	140.—
Lubawa	1930 — 1931	„	28.—
Nowe Miasto n/Drwęcą	1931	„	21.—
Działdowo	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	70.—
Lidzbark	1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	56.—
Iłowo	1931	„	14.—
Pokrzydowo	1929 — 1930 — 1931	„	21.—

OKRĘG CHOJNICE.

Brusy	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	70.—
Brzeźno	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	70.—
Czersk	1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	56.—
Sępólno	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	70.—
Tuchola	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	56.—
Czyczkowy	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	70.—
Konarzyny k/Chojnic	1927 — 1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	42.—
Rytel	1931	„	7.—
Zalno	1928 — 1929 — 1930 — 1931	„	49.—
Ogorzeliny	1929 — 1930 — 1931	„	38.50

OKRĘG GDAŃSK

Sopoty poczta Gdańsk	1929 — 1930	„	28.—

OKRĘG GRUDZIĄDZ

Zarząd Okręgu	1931	„	14.—
Unisław	1929 — 1930 — 1931	„	21.—
Łasin	1929 — 1930 — 1931	„	42.—
Chełmno	1930 — 1931	„	35.—
Małe - Tarpo - Grudziądz	1930 — 1931	„	21.—
Grudziądz V (Jazda sokola)	1931	„	14.—

OKRĘG KOŚCIERZYNA

Zarząd Okręgu	1930 — 1931	„	28.—
Kartuzy	1929 — 1930 — 1931	„	105.—

Zakł. Druk. F. Wyszyński i S-ka, Warszawa, Warecka 15.